

Vibe Trainer 20100

Es

E

F

NL



Instrucciones de montaje - Assembly instruction - Notice de montage - Montage instructies - Istruzioni per il montaggio - Οδηγίες Συναρμολόγησης

Garantía - Warranty - Garantie – Garantie – Garanzia – Εγγύηση

Esta garantía vale durante los 12 meses siguientes para cualquiera fabricación y daño material a los productos de fitness de DKN que estaban vendido por un comerciante autorizado por DKN. Cuando se recurre a la garantía, DKN tiene la posibilidad para, a discreción , reparar o reemplazar el aparato defecto o la parte relativa. **Los costes de transporte y costes del comerciante o lugar de trabajo están por cuenta del proprietario del aparato**.
Si quiere utilizar vuestros derechos de garantía, Usted puede ir, con vuestro certificado de garantía al lugar donde ha comprado vuestro aparato. El comerciante hará el necesario. Si no es possible, Usted puede ponerse en contacto con el importador nacional de DKN.
La garantía no vale para; el desgaste ordinario, las consecuencias de un tratamiento incompetente, el daño por el comprador o terceros y defectos debido a circonstancias excepcionales No se pueden recurrir a esta garantía cuando se ha cambiado la construcción original o cuando no se han utilizado partes originales de DKN. El fabricante no puede ser responsable de perjuicio, perta o expensas incidentalmente ni relativamente a causa del empleo de este aparato.

Se han esbozado este aparato especialmente para el uso en casa. Si se utiliza este aparato en un gimnasio o para empleo profesional, el fabricante y sus representantes no son responsables para accidentes eventuales o para el daño hecho en ese aparato.

This guarantee covers all manufacturing and material flaws on DKN fitness products purchased from an authorized DKN dealer for a period of 12 months from purchase.
If you wish to make a claim under the guarantee, DKN shall be entitled to repair or replace the defective unit or part at its discretion. **The owner of the unit must pay for the transport costs and any dealer's workshop costs**.
To make a claim under the guarantee, take your guarantee card to your dealer. The dealer will then take the necessary action. If this is not possible, contact your national DKN importer.
The following are not covered by the guarantee : normal wear and tear and the consequences of improper treatment or damage caused by the purchaser or third persons and faults which are due to other circumstances.
Claims may not be made under the guarantee if modifications have been made to the original construction or equipment or if DKN original parts were not used to repair the unit. In no event the manufacturer shall be liable for incidental or consequential losses, damages or expenses in connection with exercise products.

This exerciser has been designed for home use only. Professional use, commercial or use in gym centers, will automatically cancel the manufacturers' and/or importers' product liability.

Cette garantie couvre pendant 12 mois toutes les vices de fabrication .
Dans cette période de garantie, nos revendeurs agrées DKN,vous accordent une solution afin de remettre votre appareil en état de fonctionnement. Nous fournissons gratuitement toutes les pièces dont vous auriez besoin lors de cette période, hors pièces d'usure normale ainsi que les conséquences d'une utilisation professionnel. Pour invoquer la garantie Il suffit de vous rendre à votre point de vente avec le certificat de garantie, ou le ticket de caisse. Notre revendeur fera alors le nécessaire. Si ce n'est pas possible, contactez l'importateur DKN national. **Les frais transport sont toujours exclus de cette garantie**.
Sont exclus de la garantie: l'usure normale, les conséquences d'un traitement impropre, les dommages causés par l'acheteur ou des tiers ainsi que les défectuosités imputables à des circonstances extérieures (humidité).
Par ailleurs, la garantie ne peut être invoquée lorsque des modifications ont été apportées à la construction ou à l'équipement d'origine de l'appareil ainsi que des pièces ayant été échangé ou remplacé par des pièces n'ayant rien à voir avec notre production.

Cet appareil doit être utilisé à domicile. S'il est utilisé en salle de gym, ou utilisation équivalente ou commercialement, l'importateur ou ses représentants, ne peuvent être rendus responsables quand aux lesions pouvant survenir à l'utilisateur ou aux dommages occasionnés à l'appareil.

Deze garantie geldt gedurende 12 maanden voor eender welke fabricagefout aan DKN-fitnessproducten die door een gemachtigd DKN-handelaar werden verkocht. Wanneer de garantie wordt ingeroepen, heeft DKN de mogelijkheid om, naar eigen goeddunken, het defecte apparaat of het betreffende onderdeel te herstellen of te vervangen. **De transportkosten en de eventuele handelaars en/of werkplaatskosten worden uitgesloten van deze garantie, en zijn dus voor rekening van de bezitter van het apparaat.**
Als U aanspraak wenst te maken op eventuele garantie, gaat U met het aankoopbewijs naar de verdeler waar U Uw apparaat heeft aangekocht. De handelaar zal dan het nodige doen. Is dit niet mogelijk, dan neemt U contact op met de nationale DKN-importeur.
De garantie geldt niet voor : de normale slijtage, de gevolgen van een ondeskundige behandeling, de beschadiging door de koper of door derden, en defecten die aan extreme omstandigheden te wijten zijn.
De garantie kan ook niet worden ingeroepen wanneer de originele constructie of uitrusting werd gewijzigd, of wanneer geen originele DKN-onderdelen voor de herstelling werden gebruikt. De fabrikant kan niet verantwoordelijk gesteld worden voor schade, verlies of kosten, incidenteel noch gerelateerd, ten gevolge van gebruik van dit toestel.

Dit toestel is speciaal ontworpen voor thuisgebruik: indien dit toestel gebruikt wordt in een gymzaal of voor professioneel en/of commercieel gebruik, zijn de fabrikant en zijn vertegenwoordigers niet langer aansprakelijk voor eventuele ongevallen of schade toegebracht aan dit toestel, en vervalt elke garantie.

La presente garanzia copre qualsiasi difetto di fabbricazione per un periodo di 6 mesi, all'interno del quale i nostri rivenditori DKN autorizzati saranno in grado di risolvere qualsiasi problema e di rimettere in funzione il vostro apparecchio. Durante questi 12 mesi, tutti i pezzi di ricambio sono gratuiti; sono comunque escluse dalla garanzia l'usura ordinaria del prodotto ed ogni conseguenza derivante dall'uso a scopo professionale.
Per richiedere l'intervento coperto da garanzia, sarà sufficiente recarsi presso il punto vendita dove avete acquistato l'attrezzo con il certificato di garanzia o lo scontrino fiscale ed il nostro rivenditore si occuperà del resto. Nel caso in cui questo non fosse possibile, contattate direttamente l'importatore DKN per il vostro paese. **Le spese di trasporto sono sempre da considerarsi non coperte da garanzia**.
La garanzia non comprende inoltre: l'usura ordinaria, le conseguenze dovute a trattamento inappropriato, i danni causati dall'acquirente o da terze persone, così come i difetti imputabili a cause esterne (come l'umidità).
Inoltre, non si potrà ricorrere alla garanzia né in presenza di modifiche apportate alla costruzione o all'attrezzatura originale dell'apparecchio, né tanto meno nel caso in cui alcuni pezzi siano stati scambiati o sostituiti con altri che nulla hanno a che vedere con la nostra produzione.

Il presente apparecchio è destinato ad un uso domestico. Nel caso in cui fosse utilizzato in palestre o luoghi simili o in caso di utilizzo commerciale, l'importatore o i suoi rappresentanti saranno ritenuti indenni da qualsiasi responsabilità che potrebbe derivare da lesioni all'utilizzatore o eventuali danni all'apparecchio.

Αυτή η εγγύηση καλύπτει όλα τα ελαττώματα κατασκευής και υλικών στα προϊόντα γυμναστικής της DKN, που αγοράζονται από έναν εξουσιοδοτημένο πωλητής της DKN, για ένα χρονικό διάστημα 12 μηνών μετά την αγορά.
Αν θέλετε να χρησιμοποιήσετε το δικαίωμα της εγγύησης, η DKN υποχρεούται να επισκευάσει ή να αντικαταστήσει την ελαττωματική μονάδα σύμφωνα με την κρίση της. Ο ιδιοκτήτης της μονάδας θα πρέπει να καταβάλει το κόστος μεταφοράς και το κόστος εργασιών.
Για να χρησιμοποιήσετε το δικαίωμα της εγγύησης, παρουσιάστε την κάρτα εγγύησης στον πωλητή σας. Ο πωλητής σας θα προχωρήσει με τις απαραίτητες ενέργειες. Αν αυτό δεν είναι δυνατό, ελάτε σε επαφή με τον εισαγωγέα της DKN στη χώρα σας.
Οι ακόλουθες περιπτώσεις δεν καλύπτονται από την εγγύηση: συνήθη φθορά και οι συνέπειες της μη σωστής χρήσης ή ζημιά που προκαλείται από τον αγοραστή ή ένα τρίτο μέρος και αστοχίες που οφείλονται σε άλλες συνθήκες.
Δεν παρέχεται δικαίωμα εγγύησης αν έχουν γίνει τροποποιήσεις στην αρχική κατασκευή ή τον εξοπλισμό ή αν δεν χρησιμοποιήθηκαν για επισκευή της μονάδας τα αρχικά εξαρτήματα DKN.
Αυτό το ποδήλατο έχει σχεδιαστεί αποκλειστικά για χρήση στο σπίτι. Η επαγγελματική χρήση, ή η χρήση σε γυμναστήρια ακυρώνει αυτόματα κάθε υποχρέωση του κατασκευαστεί και/ή του εισαγωγέα.

Όλα τα δεδομένα που εμφανίζονται είναι οδηγοί κατά προσέγγιση και δεν μπορούν να χρησιμοποιηθούν σε ιατρικές εφαρμογές.

Instrucciones de seguridad

Antes de empezar el entrenamiento en su aparato, por favor lea las instrucciones atentamente. Por favor, guardelas para información en caso de reparación o entrega de piezas componentes.

- Se han fabricado el aparato para utilización de casa y ensayado para un peso de 100 kg y 195 cm.
- Siga los fases de las instrucciones de montaje atentamente.
- Utilice solamante partes originales.
- Antes el montaje , controle si tiene une entrega completa utilizando la lista incluida.
- Para el montaje solamente emplee materiales adaptados y pregunte ayuda cuando necesario
- Humedos a causa de una corrosión posible
- Controle antes el primer entrenamiento y cada 1-2 meses que todos los elementos se conectan y están en buena condición
- Reemplaze los componentes defectos imediatamente y no utilice el aparato hasta la reparación.
- Para reparaciones , solamente utilice componentes originales.
- En caso de reparación, por favor pregunte ayuda a vuestro distribuidor
- No utilice detergentes agresivos
- Asegurese de que el entrenamiento solamente empieza despues un montaje y inspección
- Asegurese de la posición maxima de los partes ajustables
- El aparato ha sido ensayado para adultos. Asegurese de que los niňos emplean este aparato bajo la supervisión de un adulto.
- Asegurese que los presentes son conscientes de problemas posibles p.e partes moviles durante el entrenamiento
- Por favor siga el consejo para un entrenamiento correcto

Consulte vuestro médico antes de empezar con el programa de entrenamiento Puede avisar el tipo de entrenamiento y el impacto.

- El manual puede ser utilizado solamente para información.
- No se pueden hacer responsable el suministrador de faltas eventuales o de cambios eventuales en las specificaciones técnicas.

Los datos son solamente indicativos y no pueden ser utilizados para fines médicos.

Safety Instructions

Before you start training on your DKN exerciser, please read the instructions carefully. Be sure to keep the instructions for information, in case of repair and for spare part delivery.

- This exerciser is made for home use only and tested up to a max. body weight of 00 kg.
- Follow the steps of the assembly instructions carefully.
- Use only original parts as delivered.
- Before the assembly, be sure to check if delivery is complete by using the included parts-list.
- For assembly use only suitable tools and ask for assistance with assembly if necessary.
- Place the exerciser on an even, non-slippery surface. Because of possible corrosion, the usage of any exerciser in damp areas is not recommended.
- Check before the first training and every 1-2 months that all connecting elements are tight fitting and are in the correct condition. Replace defective components immediately and/or keep the equipment out of use until repair. For repairs, use only original spare parts.
- In case of repair please ask your dealer for advice
- Avoid the use of aggressive detergents when cleaning.
- Ensure that training starts only after correct assembly and inspection.

For all adjustable parts be aware of the maximum positions to which they can be adjusted/tightened to.

- This exerciser is designed for adults. Please ensure that children use the exerciser only under the supervision of an adult.
- Ensure that those present are aware of possible hazards, e. g. movable parts during training. Warning: incorrect/excessive training can cause health injuries.
- Please follow the advice for correct training as detailed in training instructions.
- Users’ limit 195 cm.

Consult your physician before starting with any exercise programme. He can advise on the kind of training and which impact is suitable.

- The owner’s manual is only for customers’ reference.
- The supplier can not guarantee for mistakes occurring due to translation or change in technical specification of the product.

All data displayed are approximate guidance and cannot be used in any medical application.

Conseils de Sécurité

Veuillez lire attentivement cette notice de conseils avant de débuter votre premier entraînement sur l'appareil. Conservez précieusement cette notice pour information, pour les travaux d'entretien ainsi que pour l'éventuelle commande de pièces de rechange.

- Suivre exactement la notice de montage de l'appareil. N'utilisez à cet effet que les pièces originales.
- Avant de procéder au montage, veuillez vérifier le contenu du carton.
- N'utilisez que des outils appropriés et faîtes-vous éventuellement aider par une deuxième personne lors du montage.
- Posez l'appareil sur un support plat et non glissant. L'utilisation prolongée de l'appareil dans des pièces humides est interdite afin d'éviter une possible corrosion.
- Avant la première utilisation et à intervalles réguliers (tous les 1 ou 2 mois), veuillez vérifier que l'état de l'appareil est bon et que l'assemblage des pièces est solide.
- Pour l'entretien et les réparations, n'utilisez que des pièces de rechange d'origine.
- Si des doutes ou des questions persistent, adressez-vous à votre revendeur spécialisé.
- Limites d'appareil: 100 kg/195cm.
- N'utilisez aucun produit de nettoyage agressif et évitez de laisser pénétrer des liquides dans l'appareil.
- Assurez-vous que la mise en service n'ait lieu qu'après un montage conforme et une vérification de l'appareil.
- Tenez compte, pour les parties réglables, des positions maximales.
- L'appareil est conçu pour un entraînement d'adultes.
  Assurez-vous que les enfants ne puissent l'utiliser sans la surveillance d'adultes.
- Avertissez les personnes présentes des éventuels dangers, liés par exemple aux pièces détachables, lors des entraînements.
- Reportez-vous à la notice d'entraînement pour des conseils quant au contenu des entraînements.

Avant de démarrer l'entraînement, adressez-vous à votre médecin : il sera en mesure de vous indiquer quels types d'exercices vous conviennent, ainsi que le niveau de difficultés.

- Le manuel d'utilisation ne sert que d'information au consommateur.
- Le fournisseur ne peut être tenu responsable d'éventuelles erreurs de traduction ou d'éventuelles modifications techniques du produit.

Les données sont indicatifs et ne peuvent être appliqués dans aucune utilisation medical.

Veiligheids richtlijnen

Lees aandachtig de handleiding alvorens u begint met de montage en het gebruik van dit toestel. Bewaar deze handleiding mocht U ooit informatie nodig hebben mbt tot onderhoud of reserve onderdelen.

- Dit toestel is speciaal ontworpen voor thuisgebruik. Gebruik enkel de originele onderdelen.
- Verifïeer aan de hand van de onderdelenlijst of er geen onderdelen ontbreken of beschadigd zijn vooraleer de montage aan te vatten.
- Gebruik het juiste gereedschap, en vraag eventueel of iemand U kan helpen bij de montage.
- Plaats het apparaat op een vlakke droge ondergrond. Het gebruik van een fitnessapparaat in een vochtige omgeving raden we ten zeerste af gezien het optreden van corrosie.
- Controleer alle moeren en bouten vooraleer U begint te oefenen. We raden U eveneens aan op regelmatige basis dit te blijven controleren.
- Gebruik enkel originele onderdelen voor het onderhoud en bij eventuele herstellingen.
- Raadpleeg Uw verdeler in geval van panne.
- Reinig Uw apparaat met een weinig vochtige doek. Vermijd het gebruik van detergenten.
- Vergewis U ervan dat de montage compleet afgewerkt is conform deze handleiding vooraleer U begint te oefenen.
- Een aantal onderdelen zijn voorzien van regelbare posities naargelang de gebruiker: respecteer de opgegeven maxima.
- Dit toestel is ontworpen voor een probleemloos gebruik gedurende een lange periode, kijk alle bouten en moeren zorgvuldig na en geef de bewegende onderdelen regelmatig een smeerbeurt.
- Houd het toestel buiten het bereik van kinderen
- Draag geen losse kleding, deze kan verstrikt raken tussen de bewegende onderdelen
- Stop onmiddellijk met oefenen indien het volgende zich voordoet : misselijkheid, beven, gebrek aan adem, pijn in de borst of het hoofd.
- Oefen nooit 45 minuten voor u gaat eten en/of 1 uur na het eten.

- Gebruikerslimiet: 100 kg/195cm.

Raadpleeg uw arts alvorens te starten met oefenen.

- Deze handleiding kan enkel gebruikt worden als leiddraad.
- De leverancier kan niet verantwoordelijk gehouden worden voor eventuele fouten bij de vertaling noch voor eventuele veranderingen in de technische specificaties.

Deze gegevens zijn louter indicatief en mogen derhalve nooit aangewend worden bij medische doeleinden.

Οδηγίες Ασφάλειας

Πριν ξεκινήσετε τη γυμναστική με το ποδήλατο εξαρτήματα DKN, παρακαλούμε διαβάστε τις οδηγίες προσεκτικά. Βεβαιωθείτε ότι φυλάξατε τις οδηγίες για μελλοντική αναφορά, σε περίπτωση επισκευή και για την προμήθεια ανταλλακτικών.

- Το εξαρτήματα DKN έχει κατασκευαστεί αποκλειστικά για χρήση στο σπίτι, και έχει δοκιμαστεί για ένα μέγιστο σωματικό βάρος περίπου 100 kg, και ύψος έως και 195 cm.
- Ακολουθήστε τα βήματα στις οδηγίες συναρμολόγησης προσεκτικά. Χρησιμοποιήστε μόνο αυθεντικά ανταλλακτικά που παρέχονται.
- Πριν από τη συναρμολόγηση, βεβαιωθείτε ότι ελέγξατε αν παρέχονται όλα τα εξαρτήματα χρησιμοποιώντας τη λίστα μερών στη συνέχεια.
- Για τη συναρμολόγηση χρησιμοποιήστε μόνο τα κατάλληλα εργαλεία και αν χρειάζεται, ζητήστε βοήθεια για τη συναρμολόγηση.
- Βάλτε το ποδήλατο σε μια επίπεδη, μη ολισθηρή επιφάνεια. Καθώς υπάρχει κίνδυνος έκρηξης, δεν συστήνεται η χρήση των ποδηλάτων γυμναστικής σε υγρούς χώρους.
- Ελέγξτε πριν από την πρώτη χρήση και κάθε 1-2 μήνες αν όλα τα συνδεδεμένα μέρη είναι σφιχτά και σε καλή κατάσταση.
- Αντικαταστήστε τα ελαττωματικά μέρη αμέσως, και/ή μην χρησιμοποιήσετε τη συσκευή πριν την επισκευάσετε. Για τις επισκευές, χρησιμοποιείτε αποκλειστικά αυθεντικά ανταλλακτικά.
- Σε περίπτωση επισκευών, παρακαλούμε ζητήστε τη συμβουλή του πωλητή.
- Αποφύγετε τη χρήση διαβρωτικών απορρυπαντικών κατά τον καθαρισμό του ποδήλατου.
- Βεβαιωθείτε ότι ξεκινήσατε τη γυμναστική μόνο μετά την ολοκλήρωση της σωστής συναρμολόγησης και επιθεώρησης του ποδηλάτου.
- Για όλα τα προσαρμοζόμενα μέρη, προσέξτε τις μέγιστες θέσεις στις οποίες μπορούν να προσαρμοστούν/σφιχτούν.
- Δώστε ιδιαίτερη προσοχή στο ελάχιστον βάθος εισόδου του στύλου θέσης.
- Το ποδήλατο έχει σχεδιαστεί για χρήση από ενήλικες. Παρακαλούμε βεβαιωθείτε ότι τα παιδιά χρησιμοποιούν το ποδήλατο μόνο υπό την επίβλεψη ενός ενήλικα.
- Βεβαιωθείτε ότι όσοι είναι κοντά στο ποδήλατο γνωρίζουν τους πιθανούς κινδύνους, π.χ. μετακινούμενα μέρη κατά τη διάρκεια της γυμναστικής.
- Συμβουλευτείτε τον γιατρό σας πριν ξεκινήσετε ένα πρόγραμμα άσκησης. Θα σας συμβουλεύσει για το κάθε είδος της γυμναστικής και για το τι σας ταιριάζει.
- Προειδοποίηση: η λάθος/υπερβολική γυμναστική μπορεί να προκαλέσει βλάβες στην υγεία σας.
- Παρακαλούμε ακολουθήστε τις οδηγίες για σωστή γυμναστική, όπως περιγράφονται στις οδηγίες γυμναστικής.
- Το επίπεδο φορτίου/έργου μπορεί να προσαρμοστεί γυρίζοντας το κουμπί προσαρμογής στην μπάρα λαβής.

Παρακαλούμε διαβάστε τις επισυναπτόμενες Οδηγίες Γυμναστικής για να βρείτε τη μέγιστη και ελάχιστον ταχύτητα παλμού που είναι κατάλληλη για εσάς

- Οι οδηγίες χρήσης έχουν αποκλειστικό σκοπό την πληροφόρηση του πελάτη.
- Ο κατασκευαστής δεν εγγυάται την περίπτωση πιθανών λαθών λόγω της μετάφρασης ή αλλαγών στα τεχνικά χαρακτηριστικά του προϊόντος.

Όλα τα δεδομένα που εμφανίζονται είναι τιμές κατά προσέγγιση και δεν μπορούν να χρησιμοποιηθούν για ιατρικές εφαρμογές.

Η ταχύτητα καρδιάς που εμφανίζεται είναι μια μέτρηση κατά προσέγγιση, και δεν μπορεί να χρησιμοποιηθεί ως οδηγός σε κάποιο ιατρικό πρόγραμμα που σχετίζεται με το καρδιαγγειακό σύστημα.



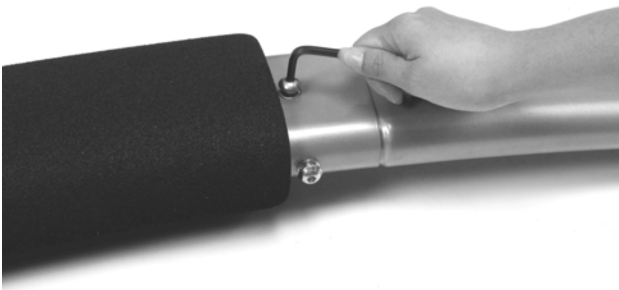
I:

Insierte el cable del sensor en el apoyo mas bajo y mas arriba, monte el todo y fije bien. Ponga despues la cinta de proteccion en espuma de caucho como indicado.

Slide sensor cable through upper and lower front post, assemble both using 3 hexagonal bolts and tighten well. Position foam protector as shown.

Insérez le câble du sensor dans le montant du guidon et assemble ensuite la potence sur le montant à l'aide de 4 vis hexagonales. Ensuite positionnez la protection en mousse.

Schuif de sensorkabel door de onderste en bovenste voorsteun, monteer het geheel met behulp van 3 bouten en maak goed vast. Positioneer vervolgens de schuimrubber beschermstrip zoals aangegeven.





II:

Une el cable de sensor mo indicado en el dibujo. Monte el apoyo adelante en el cuadro y fije con tornillos y anillos de cierre.

Vonnect sensor cable as shown and assemble handlebar post onto the housing using the 4 hexagon nuts and washers.

Connectez le câble du sensor dans le montant du guidon et fixez aux moteur à l’aide de 4 vis hexagonales et de rondelles.

Verbind de sensorkabel zoals aangegeven, en monteer vervolgens de stuurstang aan het carter met behulp van de 4 bouten en sluitringen.





III:

Fije el ordenador encima de la guía con los tornillos incluidos y une el cable.

Mount the computer to the hold of the handlebar post with the enclosed bolts and connect the computer cable.

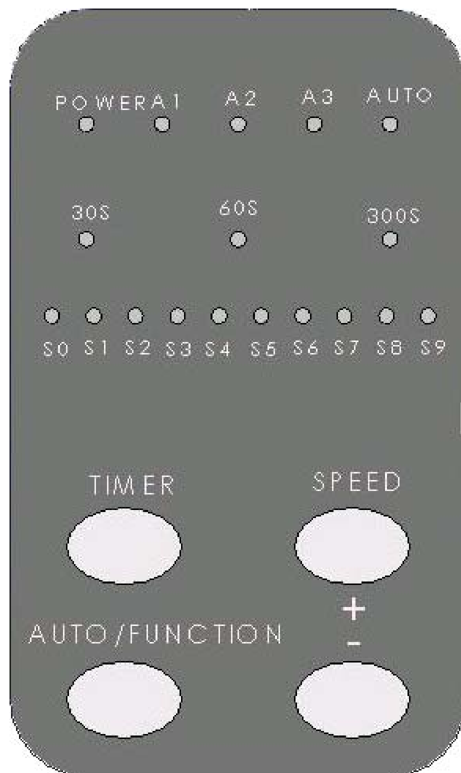
Fixez l’ordinateur au support de la potence du guidon à l’aide des vis fournies et connectez le câble.

Bevestig de computer bovenaan het stuur met de ingesloten schroeven en verbind de kabel.





Manual para el ordenador



Instrucciones de operación Ordenador

Enchufar

Conecte el aparato a la tension de red (230V) y enchufe por el boton al bajo del panel del ordenador.

Manejo manual

Teclee el boton para el tiempo y seleccione el tiempo de ejercicio: 20, 60 o 300 segundos.

Seleccione despues el nivel de vibracion por el boton de velocidad.
Nivel 0 = apagado
Nivel 1 hasta 9 = vibracion mas rapido

Funcion de programacion

Seleccione el programa deseado por el boton auto / funcion.
A1 =nivel 3 + 5
A2 =nivel 2 + 4 + 6 + 8
A3 =nivel 3 + 6 + 9

Teclee el boton para el tiempo y selecciona el tiempo de ejercicio : 20, 60 o 300 segundos.

Instrucciones de entrenamiento

Avise vuestro medico antes de empezar el entrenamiento, seguramente cuando no ha hecho esfuerzos fisicos y para evitar riesgos eventuales.

Con la compra de ese bodytoner Usted ha hecho el primer paso hacia un entrenamiento complementario de la condicion por el tratamiento faradico y un resforzamiento celulario de vuestro masa muscular. El cuerpo, especialmente el cuerpo y la circulacion del sangre necesitan tiempo para adaptarse al los cambios causados por el entrenamiento. De ese aspecto es muy importante de hacer el entrenamiento muy lentamente y de hacer un descansodurante y despues el entrenamiento. Entrene al principio en un tiempo que Usted prefiere. Despues un entrenamiento regular Usted puede augmentar el periodo de entrenamiento o remover la institucion del aparato hacia otra posicion de velocidad. Usted no puede empezar o parar el esquema de entrenamiento . Usted tiene todo el tiempo del mundo para entrenar de una manera agradable. Antes de hacer el ejercio Usted tiene que calentarse en un tempomas lento y con poco esfuerzo.

Este entrenamiento siempre queda un apoyo complementario de un entrenamiento general de condicion, por eso que las recomendaciones contienen muchos consejos buenos en la composicion de vuestro entrenamiento de condicion.

Para obtener una mejora de vuestra condición, los aspectos siguientes tienen que ser seguidos:

Intensidad

Para obtener un resultado maximo , Usted tiene que eligir la intensidad exacta

Latido de corazón maximo = 220 - Edad

Durante el entrenamiento, vuestro latido de corazón debe encontrarse entre 60%-85% de vuestro latido de corazón maximo.
Vease el cuadro incluido para determinar vuestros valores personales de entrenamiento.
Cuando empieza con el entrenamiento, tiene que cuidar que vuestro latido de corazón sera 70% de vuestro latido de corazón durante las primeras semanas.
Gradualmente Usted puede aumentar vuestro latido de corazón hasta 85% de vuestro latido de corazón máximo

Este es un valor de orientacion personal . Consulte vuestro medico para aviso profesional antes de adaptar vuestro programa de recuperacion del latido de corazon

Combustión de grasa

El cuerpo empieza con la combustión de la grasa al 65% del latido de corazón máximo.
Para obtenet el maximo de combustion de grasa , se aconseja de tener vuestro latido de corazon entr 70%-80% del latido de corazon max.
El entrenamiento maximo consiste de 3 entrenamientos por semana con una duración de 30 minutos.

Por ejemplo :
Usted tiene la edad de 52 años y quiere empezar ejercer.
Maximo latido de corazón= 220-52 (edad)=168 /min /min)
Minimo latido de corazón= 168x0.7=117 /min
Mas alto latido de corazón =143 /min
Durante las primeras semanas , se aconseja de empezar con un latido de corazón de 117 , y aumentar hacia 143.
En un nivel de entrenamiento mejorado , Usted puede aumentar el latido de corazón hasta 70%-80% de vuestro latido de corazón maximo.
Este puede obtenerlo aumentando la resistencia , biciiclando más rápido o aumentando el periodo de entrenamiento.

Organización de entrenamiento

Recalentamiento

Antes de empezar con entrenar , Usted tiene que hacer un recalentamiento de 5-10 minutos.
Usted puede hacer ejercicios o biciclar un poco con r esistencia baja.

Programa de calentamiento de DKN

El entrenamiento de Estiramientos o de “flexibilidad” es vital para un estado físico en forma y saludable. Entrenando su cuerpo para que sea más flexible mejorará la circulación y contribuirá a mantener ágiles sus músculos. El programa de Entrenamiento de Estiramientos de DKN la ayuda a conseguir esa forma flexible y tonificada. Si nunca antes se ha dedicado a hacer estiramientos, empiece haciendo estiramientos muy suaves y vaya incrementando la longitud y el tiempo de cada estiramiento a medida que va adquiriendo mayor flexibilidad. Con la variada oferta de artículos de fitness de DKN siempre encontrará el producto que mejor se adapte a su nivel de forma.
Antes del ejercicio asegúrese de que hace un calentamiento completo para protegerse de lesiones y estar bien preparado para la actividad que va a desarrollar. Caliéntese durante 8-10 minutos caminando o tratando suavemente sin moverse del sitio o utilizando una cinta de correr, una bicicleta estática o un strider de DKN. Procure incluir algunos movimientos aguales a los que hará en el ejercicio principal y mantenga una intensidad baja o moderada, no illegando en ningún momento a sentir fatiga. Antes de iniciar el ejercicio principal haga estiramientos de los músculos más contraídos. La duración del calentamiento dependerá de la intensidad del ejercicio principal así como de su estado de forma.

En un nivel de entrenamiento mejorado , Usted puede aumentar el latido de corazón hasta 70%-80% de vuestro latido de corazón maximo.
Este puede obtenerlo aumentando la resistencia , biciiclando más rápido o aumentando el periodo de entrenamiento.

Entrenamiento

Durante el entrenamiento mismo , Usted tiene que perseguir un latido de corazón de 70% -85% de vuestro latido de corazon maximo.
Usted puede determinar la duración del ejercicio por la regla siguiente:
Entrenamiento diario : 10min poer sesión
2-3x por semana 30min por sesion
1-2x por semana 60min por sesion

Enfriamiento

Para empezar con el enfrenamiento de los musculos , le aconsejamos de reducir la intensidad de los ejercicios durante los 5 o 10 minutos. Stretchen puded ayudar para evitar el dolor a los musculos.

Exito

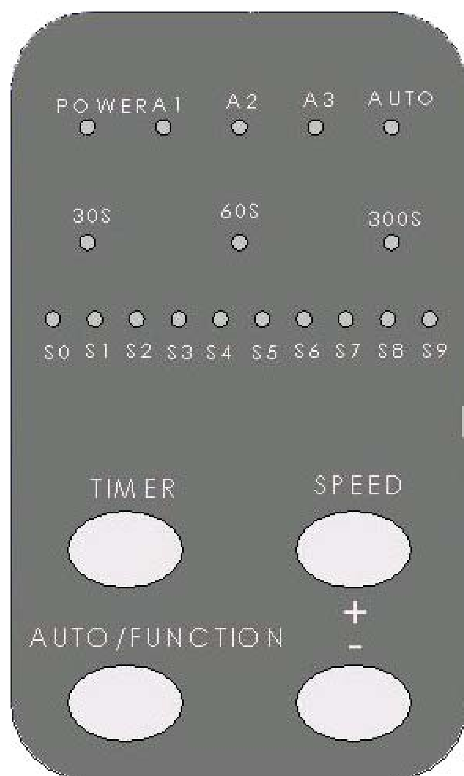
Despues un periodo corto de ejercer regularmente , Usted observará que tiene que aumentar la resistencia constamente para obtener un latido de corazón optimal.
Las sesiones de entrenamiento se facilitarán y Usted se sentará muy sano para alcanzar esto , Usted tiene que motivar su mismo a ejercer regularmente.
Elige horas fijas para ejercer y no empieza a ejercer agresivamente.
Una expresión vieja se dice :
“*Lo mas dificil de un entrenamiento es de comenzar a entrenar*”

Le deseamos mucho gusto y exito con vuestro entrenador DKN.

Los datos son solamente indicativos y no pueden ser utilizados para fines médicos y paramédicos.

Leyendo el latido de corazón por mediante de este ordenador es un valor aproximativo y no puede ser utilizado en una terapia cardiològica.

User instructions



Operating Instructions

Switch on

Plug the electrical power into the outlet (230V) and switch on the vibetrainer.
(Button underneath the computer panel)

Manual Function

Push timer to select exercise time: 20, 60 or 300 seconds.
Select vibration cycle speed
Level 0 = off mode
Level 1 to 9 = speed increase

Auto Function

Push autofunction to select auto vibration cycle program:
A1 = speed level 3 + 5
A2 = speed level 2 + 4 + 6 + 8
A3 = speed level 3 + 6 + 9

Push timer to select exercise time: 20, 60 or 300 seconds.

Training Instructions

If you have not been physically active for a long period of time and also to avoid health risks you should consult your general physician before starting to exercise.

This bodytoner is a first step to a complementary body conditioning using faradic treatment and cellular toning of your muscular mass. Your body, and specifically your heart and blood circulation, needs time to adjust to more intensive training. Therefore it's advisable to gradually increase the training resistance, and to take breaks regularly. Start training at a pace that makes you feel comfortable, and gradually start increasing the time, resistance and pace. Never start or stop a training programme in an abrupt way. Bear in mind you are training at home, so no need to rush, take your time.

This bodytoning is complementory to a general conditional training, therefore please take the time to read the following training guide, it might help you a lot in improving your allover body condition.

To achieve a considerable improvement of your physical resistance and your health, some aspects of how to achieve the most efficient training should be followed:

Intensity

To achieve maximum results the right intensity has to be chosen. The heart rate is used as guideline.
As a rule of thumb the following formula is commonly used:

Maximum pulse rate = 220 - Age

While exercising the pulse rate should always be between 60% - 85% of the maximum pulse rate.

For your personal training rates please see the attached pulse rate chart.

When starting to exercise you should keep your rate at 70% of your maximum pulse rate in the first couple of weeks.

With increasing improvement of fitness the pulse rate should be slowly increased to 85% of your maximum pulse rate.

This is a personal orientation value. Consult your physician for professional advise before adapting a heart rate recovery program.

Fat burning

The body starts to burn fat at approx. 65% of the maximum pulse rate.
To reach an optimum at burning rate, it is advisable to keep the pulse rate between 70% – 80% of the maximum pulse rate.
The optimum training amount consists of three workouts per week 30 minutes each.

Example:
You are 52 years of age and would like to start exercising.
Maximum pulse rate = 220 - 52(age) = 168 pulse/min
Minimum pulse rate = 168 x 0.7 = 117 pulse/min
Highest pulse rate = 168 x 0.85 = 143 pulse/min

During the first weeks it is advisable to start with a pulse rate of 117, afterwards increase it to 143.
With increasing improvement of fitness the training intensity should be increased to 70% - 85% of your maximum pulse rate.
This can be done by increasing the pedalling resistance, by using a higher pedalling frequency or with longer training periods.

Training Organisation

Warm-up

Before every training session you should warm-up for 5-10 minutes.
Some stretching or light jogging on the spot.

DKN warming-up program

Stretch or flexibility training is vital for a fit and healthy physique. By training your body to become more supple, you will improve circulation and help keep your muscles mobile. The DKN warming-up programme allows you to achieve a supple and well-toned form.
If you have not focused on stretch training before, start with gentle stretches and increase the length or time of the stretch as you become more flexible over time.
With a wide variety of fitness items throughout the DKN range, you will always find a product to match your fitness level.

Prior to exercise, make sure you warm up thoroughly to protect against injury and prepare yourself for the activity to come. Warm up for 8 to 10 minutes by walking or jogging lightly on the spot or use a DKN treadmill, bike or elliptical strider. Try to include some simular movements that make up your workout, include stretches to target your tighter muscles. The duration of the warm up activity will depend on the intensity of your workout as well as your own fitness level.

Work-out

During the actual training a rate of 70% -85% of the maximum pulse rate should be chosen.
The time-length of your work out can be calculated with the following rule of thumb:

daily work-out: approx. 10 min. per unit
2-3 x per week: approx. 30 min. per unit
1-2 x per week: approx. 60 min. per unit

Cool down

To introduce an effective cool-down of the muscles and the metabolism the intensity should be drastically decreased during the last 5 – 10 minutes.
Stretching is also helpful for the prevention of muscle ache.

Success

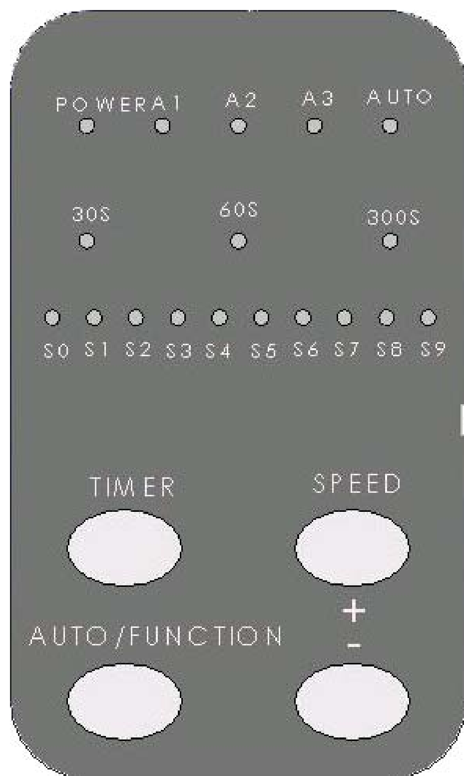
Even after a short period of regular exercises you will realise that you constantly have to increase the vibration speed to reach your optimum heart rate.
The units will be continuously easier and you will feel a lot fitter during your normal day.
For this achievement you should motivate yourself to exercise regularly. Choose fixed hours for your work out and do not start training too aggressively.
An old saying amongst sportsmen says:
"*The most difficult thing about training is to start it*."

Wishing you lots of fun and success with your DKN exerciser.

All data displayed are approximate guidance and cannot be used in any medical application.

Heart rate displayed is an approximate read-out, and may not be used as guidance in any cardio-vascular related medical or paramedical program.

Instructions d'utilisation



Fonctions de l'ordinateur

Mise en marche

Connectez la prise (230V) appuyez le bouton au desous de l’écran.

Mode manuel

Entrer le temps de travail désiré par le touche time: 20, 60 or 300 seconds.

Sélectionner la vitesse souhaitée par le touche speed
Niveau 0 = éteint
Niveau 1 à 9 = vitesse de vibration

Mode programme

Sélectionner le programme souhaité par le touche auto/function.
A1 = niveau 3 + 5
A2 = niveau 2 + 4 + 6 + 8
A3 = niveau 3 + 6 + 9

Entrer le temps de travail désiré par le touche time: 20, 60 or 300 seconds.

Notice concernant l'entraînement

Dans le cas où vous n'auriez pas pratiqué de sport depuis longtemps, veuillez consulter votre médecin avant de commencer un programme d'entraînement.

Ce bodytoner vous apportera dans le cadre d’une utilisation régulière un entraînement complémentaire, et une amélioration cellulaire generale de votre corps. Avec l’aide de cet appareil vous pouvez tonifier vos muscles à la maison, quand vous le souhaitez. De plus, l’effet bénéfique pour votre santé est indéniable d’autant que vous travaillez votre endurance. Le corps, le cœur et la circulation ont besoin de temps pour s’adapter aux changements dus à l’entraînement. C’est pourquoi il est important d’augmenter l’intensité petit à petit et de faire des pauses pendant l’entraînement. Entraînez-vous donc à un niveau sur lequel vous ne vous dépensez pas totalement. Entraînez-vous surtout au début à une vitesse qui vous paraît agréable. Après un entraînement régulier vous pourrez augmenter la durée d’entraînement et de changer la programmation de l’appareil en augmentant d’un niveau la vitesse.

De toute façon, ces exercices seront complémentaires à toutes activités sportives. Les conseils suivants peuvent vous guider vers une meilleur gestion de votre programme la remise en forme.

Certains facteurs sont à prendre en compte dans la composition de votre entraînement afin de pouvoir constater une nette amélioration de votre endurance et de votre bien-être.

Intensité de l'entraînement

Pour atteindre des resultats optimums, l'intensité adéquate est impératif. La fréquence cardiaque est l'appuie excellent.
Le point de départ est le pouls maximum personnalisé, qui se calcule de la manière suivante:

Poulse Maximum = 220 - âge

Durant l'entraînement, votre pouls devrait se situer entre 60% - 85% du pouls maximum.

Consultez le tableau de pulsation ci-inclus.

Lorsque vous commencez l'entraînement, limitez-vous à des pulsations correspondant à 70% de votre pouls maximum.

Apres plusieurs entraînements, vous pouvez augmenter vos pulsations pour atteindre 85% de votre poulse maximum.

Ceci est donné à titre d'information personnelle. Consultez votre médecin pour avoir un avis professionnel afin de personnaliser votre programme cardio-vasculaire

Combustion de graisse

Le métabolisme se met en place vers 65% du pouls maximum. Afin d'obtenir une perte de graisse optimale, il est conseillé de choisir un niveau équivalent à 70% - 80% du pouls maximum.
Trois entraînements de 30 minutes par semaine vous apporteront des résultats optimaux.

Example:
Vous avez 52 ans et souhaitez débuter l'entraînement.
Pouls maximum = 220 - 52 (âge) =168 pulsations/ minute.
Limite inférieure = 168 x 0.7 = 117 pulsations/minute
Limite supérieur = 168 x 0.85 = 143 pulsations/minute

Durant les premières semaines, entraînez-vous avec un pouls de 117, et au fur et à mésure augmentez pour atteindre 143.
Après quelques progrès vous devriez atteindre 70% - 80% du pouls maximum.
Ceci est possible par une augmentation de la résistance de force, une fréquence de pédalage plus élevée ou par des séances d'entraînement plus longues..

Organisation de l'entraînement

Echauffement

Avant chaque séance, échauffez-vous entre 5 et 10 minutes. Procédez donc à quelques étirements ou pédalez à un niveau facile sur votre vélo.

Le programme d'échauffement de DKN

Le stretching ou l'entraînement à la flexibilité est essentiel pour être en pleine forme et en bonne santé. En entraînant votre corps à devenir plus souple, vous améliorerez votre circulation sanguine et vous maintiendrez la mobilité de vos muscles. Le programme d'échauffement vous permettra de vous sculpter un corps souple et tonique.
Si vous ne vous êtes jamais concentré sur le stretching auparavant, commencez avec des étirement au fur et à mesure que votre flexibilité augmente. Avec une grande variété d'articles de mise en forme dans la gamme DKN, vous trouverez toujours un produit adapté à votre niveau.

Avant de commencer vos exercices, assurez-vous de vous échauffer consciencieusement pour vous protéger contre toute blessure et pour vous préparez à l'activité qui suivra. Echauffez-vous pendant huit à dix minutes en marchant ou en courant sur place ou en vous servant d'un tapis de jogging DKN, ou d'une bicyclette ou d'une strider. Essayez d'inclure dans votre échauffement des mouvements similaires à ceux que vous emploierez pendant votre séance et maintenez l'intensité de l'effort à un niveau faible ou modéré pour ne pas vous sentir fatiqué. Avant de commencer l'entraînement à proprement parler, faites aussi des étirements pour détendre vos muscles les plus tendus. La durée de l'échauffement dépendra de l'intensité de votre entraînement et de votre niveau de condition physique.

Entraînement

Adaptez une difficulté de 70%-85% du pouls maximum.
La durée de l'exercice se calcule ainsi:

Work-out quotidien:	+/-10 minutes par séance.
2-3 x par semaine:	+/-30 minutes par séance
1-2 x par semaine:	+/-60 minutes par séance

Refroidissement

Il est nécessaire de réduire l'intensité des exercices pendant 5 à 10 minutes durant la dernière phase de l'entraînement
L'étirement aide également à la régeneration musculaire et est préventif de courbatures.

Succes

Aprés un entraînement régulièr, vous allez rapidement pouvoir constater qu'il sera nécessaire de vous entraîner à une niveau plus difficulte pour obtenir le pouls optimum.
Motivez-vous en vous definissant un horaire fixe et ne vous laissez pas décourager par les premières séances toujours plus difficiles.

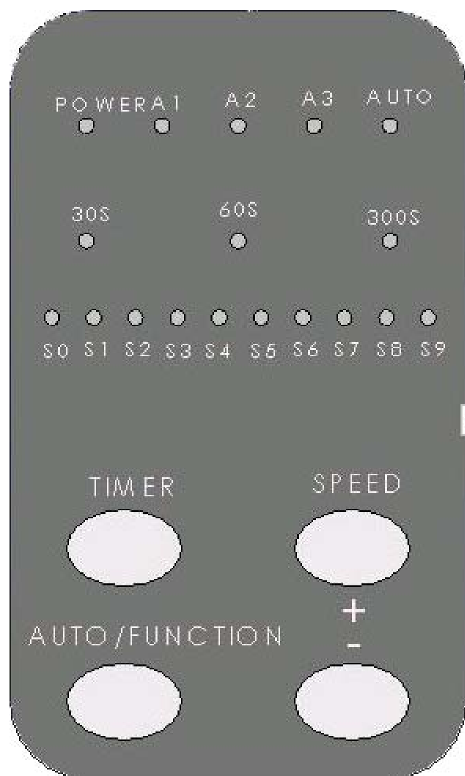
Un vieil adage sportif assure :
"*Le plus dur dans l'entraînement, c'est de s'y mettre*"

Nous vous souhaitons beaucoup de plaisir et de réussite avec votre appareil DKN.

Les données sont indicatifs et ne peuvent être adaptées dans une utilisation medical.

La fréquence cardiaque enregistrée est une valeur approximative. Elle n'est pas conforme aux normes dans le cadre d'un programme de rééducation cardio vasculaire.

Gebruikers handleiding



Werking computer

Inschakelen

Sluit het toestel aan de netstroom (230V) en zet aan via de aan/uit knop onderaan het computerpaneel.

Manuele bediening

Toets de timer knop in en selecteer de gewenste oefentijd: 20, 60 or 300 seconden.

Selecteer vervolgens het vibratieniveau via de speed toets.
Niveau 0 = uit
Niveau 1 to 9 = snellere vibratie

Programmeer functie

Selecteer gewenste programma via de auto/function toets.
A1 = niveau 3 + 5
A2 = niveau 2 + 4 + 6 + 8
A3 = niveau 3 + 6 + 9

Toets de timer knop in en selecteer de gewenste oefentijd: 20, 60 or 300 seconden.

Training Instructies

Raadpleeg uw huisarts alvorens u start met oefenen, zeker wanneer u gedurende een langere periode geen fysieke inspanningen heeft geleverd en om eventuele risico's te vermijden.

Trainen met deze bodytoner vormt een uitstekende aanvullende conditietraining via faradische behandeling en een cellulaire versteviging van uw spiermassa . Het lichaam, in het bijzonder het hart en de bloedsomloop, hebben tijd nodig om zich aan te passen aan de door de training veroorzaakte veranderingen. Vanuit dit opzicht is het bijzonder belangrijk de belasting heel langzaam op te voeren en zeker vanzelfsprekend te pauzeren tijdens en na de training. Train in het begin in een tempo, dat u als prettig ervaart. Na een regelmatige training kan u de trainingsduur verhogen of de instelling van het apparaat naar een hogere snelheidsstand verschuiven. U mag het trainingsschema nooit abrupt beginnen of afbreken. U heeft alle tijd van de wereld omdat u toch aangenaam thuis kan trainen. Voordat u de eigenlijke oefening uitvoert dient u zich in een langzaam tempo en met weinig krachtinspanning op te warmen.

Deze training blijft steeds een aanvullende ondersteuning van een algemene conditietraining, daarom ook dat de volgende aanbevelingen heel wat goede tips bevatten bij de opbouw van een persoonlijke conditietraining.

Om een aanzienlijke verbetering van uw fysieke conditie te bekomen, dienen volgende aspecten te worden gevolgd :

Intensiteit

Om een maximum resultaat te bekomen moet de juiste intensiteit worden gekozen.
De hartslag wordt hierbij gebruikt als leiddraad.
U kan volgende formule gebruiken :

Maximum hartslag = 220 - leeftijd

Terwijl u oefent moet uw hartslag zich tussen 60% - 85% bevinden van uw maximum hartslag.
Zie ingesloten tabel om uw persoonlijke trainingswaarden te bepalen.

Wanneer u start met oefenen, moet u ervoor zorgen dat uw hartslag 70% bedraagt van uw max. hartslag gedurende de eerste weken.
Geleidelijk aan kan u de hartslag verhogen tot 85% van de max. hartslag.

Deze waarde is zeer persoonlijk. Raadpleeg uw arts voor professioneel advies alvorens u start met een hartslagrecuperatie programma.

Vet verbranding

Het lichaam start met de verbranding van vet bij 65% van de max. hartslag.
Om een maximum aan vetverbranding te verkrijgen, is het aangeraden om uw hartslag tussen 70% - 80% van de max. hartslag te houden.
De optimale training bestaat uit 3 workouts per week met een duur van 30 minuten elk.
Voorbeeld :
U bent 52 jaar en wil beginnen met oefenen.
Maximum hartslag = 220 –52 (leeftijd) = 168 hartslag/min
Minimum hartslag = 168 x 0.7 = 117 hartslag/min
Hoogste hartslag = 168 x 0.85 = 143 hartslag/min

Gedurende de eerste weken is het aan te raden te starten met een hartslag van 117, en daarna verhogen tot 143.
Bij een verbeterd trainingsniveau kan u de hartslag geleidelijk verhogen tot 70% - 80% van de max. hartslag.
Dit kan u bekomen door de weerstand te verhogen, door sneller te gaan fietsen of de duur van de trainingsperiode te verhogen.

Training Organisatie

Opwarming

Voor u start met oefenen dient u elke keer een opwarming te houden van 5-10 minuten.
U kan stretch-oefeningen doen of een beetje fietsen met een lage weerstand.

DKN warming-up programma

Stretch- of flexibiliteittraining is vitaal voor een gezonde en fitte lichaamsbouw. Door je lichaam te trainen zal de de bloedcirculatie verbeteren en dat zal de spieren beweeglijk houden. Het DKN warming-up programma zal bijdragen tot het ontwikkelen van een lenige en krachtige vorm.
Als u zich nooit eerder heeft verdiept in een goede warming-up, begin dan vooral kalm met rustige rekoefeningen en neem de tijd om langzaamaan leniger te worden. Met de uitgebreide artikelen die worden aangeboden in het DKN gamma, zal u altijd een produkt vinden dat voldoet aan uw eigen fitnessniveau.

Zorg ervoor dat u, om blessures te voorkomen, zich langzaam opwarmt. Tijdens de warming-up bereidt u zich vast voor op de oefeningen die u wilt doen. Begin de warming-up door 8 tot 10 minuten te joggen. U kan hiervoor ook gebruik maken van een DKN loopband, een DKN hometrainer of een DKN strider. Probeer een aantal van dezelfde oefeningen toe te voegen aan de workout maar houdt de intensiteit laag, zodat u zich niet vermoeid gaat voelen. Voordat u nu aan de hoofdoefeningen gaat beginnen, rekt u de stijvere spieren. De duur van de warming up is afhankelijk van uw fitnessniveau en de mate van de intensiteit van uw workout.

Work-out:

Tijdens de training zelf moet u een hartslag nastreven van 70%-85% van uw max. hartslag.
U kan de duur van het oefenen bepalen aan de hand van volgende regel :

Dagelijkse work-out:	ongeveer 10 min. per sessie
2-3 x per week:	ongeveer 30 min. per sessie
1-2 x per week:	ongeveer. 60 min. per sessie

Afkoeling:

Om de afkoeling van de spieren te beginnen, raden we u aan de intensiteit van het oefenen drastisch te verminderen gedurende de laatste 5 à 10 minuten.
Stretchen kan ook helpen om spierpijn te vermijden.

Succes

Zelfs na een korte periode van regelmatig oefenen, zal u merken dat u de weerstand voordurend moet verhogen om een optimale hartslag te bekomen.
De trainingsessies zullen steeds gemakkelijker worden en u zal zich een stuk fitter voelen.

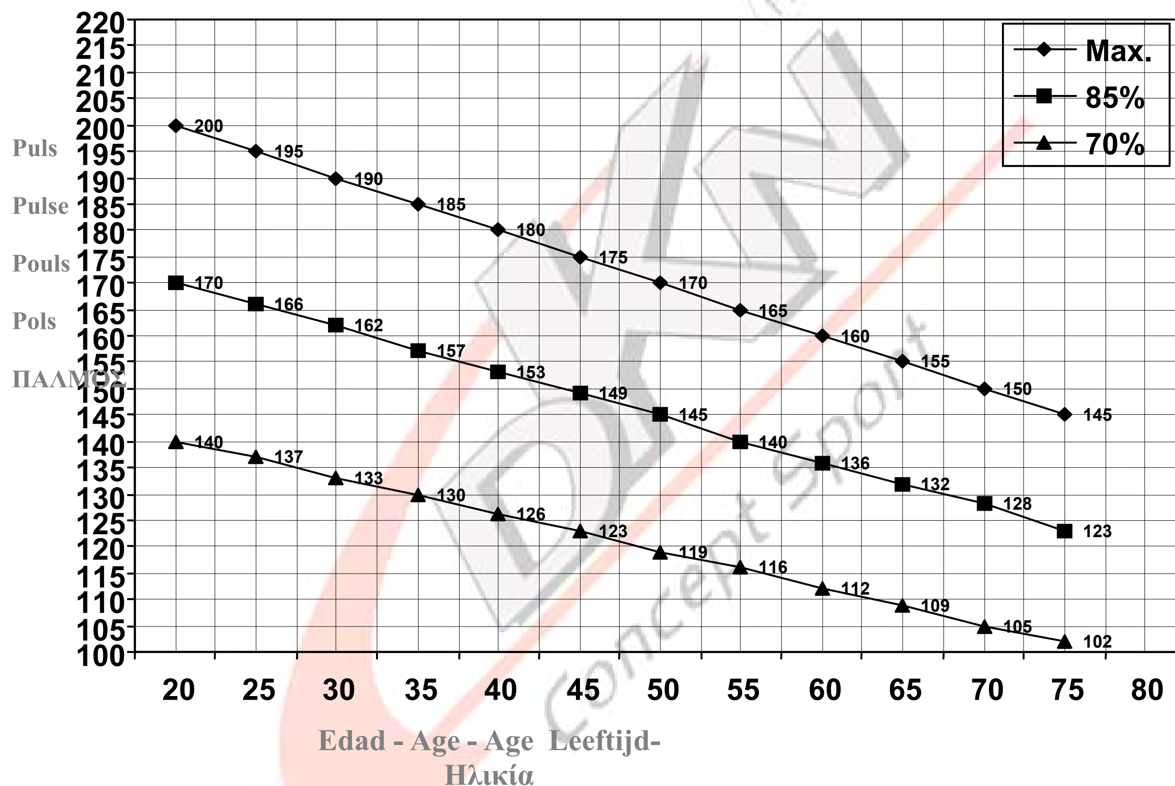
Om dit te bereiken moet u zichzelf motiveren om regelmatig te oefenen.
Kies vaste uren om te oefenen en start niet te agressief met oefenen.
Een oud gezegde onder sportmensen luidt :
"*Het moeilijkste aan een training is beginnen met trainen*"

We wensen u veel plezier en succes met uw DKN toestel.

Deze gegevens zijn louter indicatief en mogen niet aangewend worden voor medische noch paramedische doeleinden.

Hartslaglezing zoals hier aangegeven is een benaderende niet geijkte waarde, en mag niet als leiddraad aangewend worden in een cardio-gerelateerde therapie.

Entrenamiento del pulso - Training du poulse - Pulse Training - Hartslag training - Μέτρηση παλμού



El manual puede ser utilizado solamente para información
No se pueden hacer responsable el suministrador de faltas eventuales o de cambios eventuales en las specificaciones técnicas.

The owner's manual is only for customers' reference.
The supplier can not guarantee for mistakes occurring due to translation or changes in technical specifications of the product.

Le manuel d'utilisation ne sert que d'information au consommateur.
Le fournisseur ne peut être tenu responsable d'éventuelles erreurs de traduction ou d'éventuelles modifications techniques du produit.

Deze handleiding kan enkel gebruikt worden als leiddraad.
De fabrikant kan niet verantwoordelijk gehouden worden voor eventuele fouten bij de vertaling noch voor eventuele veranderingen in de technische specificaties.

Οι οδηγίες χρήσης έχουν αποκλειστικό σκοπό την πληροφόρηση του πελάτη.
Ο κατασκευαστής δεν εγγυάται την περίπτωση πιθανών λαθών λόγω της μετάφρασης ή αλλαγών στα τεχνικά χαρακτηριστικά του προϊόντος.modifications techniques du produit.